
Buleczki z płatkami owsianymi

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2276 razy.

16 szt. Czas przygotow. 1 godz.

600 g pszennej maki razowej,

2 łyżki żytniej maki razowej,

2 łyżki maki razowej,

500-600 ml goracej wody,

1/2 łyżeczki soli kamiennej,

czarnuszka, mak lub kninek do posypania.

1. W dużej misce wymieszać mąkę pszenną i żytnią z płatkami. Dodac sol, zalac

goraca woda. Wyrobic miękkie ciasto. Gdyby było zbyt twarde, dodac trochę

wody.

2. Uformowac 16 kulistych buleczek. Każdą obtoczyc w mące, spłaszczyć i lekko

naciac nożem wzdłuż i w szerz. Przełożyć na blachę posmarowaną tłuszczem. Posypać makiem (kminkiem, czarnuszką). Piec w gorącym piekarniku 20 min. Następnie odwrócić buleczki na drugą stronę, piec jeszcze 10-15 min.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 41 "Kuchnia wegetariańska", strona 88.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)